LE MAGAZINE DE LA RESTAURATION JAPONAISE N°56 - automne 2018

WASABI

www.wasabi.fr

NOUVEAUX CONCEPTS

Crêpes à la japonaise et grillades au charbon de bois



dossier

RAMEN MANIA

Dossier complet à l'occasion de la sortie du Film **LA SAVEUR DES RAMEN**



"OCHA GOURMAND"

QUAND LA FRANCE
RENCONTRE LE JAPON

OCHA
GOURMAND
お茶ぐるまん

Chou Matcha | Chou Citron et Yuzu | Macarons Matcha | Macarons Citron et Yuzu

"OCHA" SIGNIFIE THÉ EN JAPONAISE: UN MOMENT DE DÉTENTE AUTOUR D'UN THÉ.

Inspiré du célèbre café gourmand issue de la culture française,
Ocha Gourmand vous confère un véritable moment de plaisir après un repas grâce à sa sélection de douceurs franco-japonaise.

AJINOMOTO FOODS EUROPE S.A.S.
153 rue de Courcelles, 75017 Paris, France • +33 (0) 1 43 18 05 86 / Ludwig-Erhard-Straße 20, 20459 Hamburg, Germany • +49 (0)40 37 49 36 0
Unit 39, 1st Floor, Tileyard Studios, Tileyard Road, London N7 9AH, UK • +44(0)20 76079118 / pro.ajinomoto.eu

EDITO PAR PATRICK **DUVAL**



Tampopo 2018

En 1985, un film japonais intitulé *Tampopo* révélait au monde entier que le Japon n'était pas seulement le pays des sushi : ses habitants étaient aussi de grands amateurs de nouilles appelées là-bas les *râmen* ! L'histoire est celle de la jolie Tampopo (pissenlit en japonais) restauratrice japonaise qui tente de trouver la recette de la soupe de nouilles ultime, avec l'aide d'une équipe de bénévoles tous plus ou moins amoureux d'elle. Pour cela, ils vont espionner d'autres restaurants et commettre mille et une bévues avant de connaître le succès.

Ce film, devenu culte au fil des années, a largement contribué au succès des *râmen* dans le monde. Paris compte aujourd'hui plusieurs dizaines de restaurants de nouilles japonaises !

Trente trois ans plus tard, un nouveau film, La Saveur des *râmen*, vient à son tour rendre hommage à ce plat populaire. Eric Khoo, le réalisateur singapourien, nous raconte l'histoire de Masato, jeune chef de *râmen* au Japon, qui décide de partir à Singapour pour retrouver le goût des plats que lui cuisinait sa mère quand il était enfant. Alors qu'il entreprend ce voyage culinaire, il découvre des secrets familiaux profondément enfouis. Il lui faudra déployer tous ses talents de cuisinier pour réconcilier les souvenirs du passé…

La sortie du film, le 3 octobre prochain, nous fournit l'occasion de vous proposer ce numéro « spécial râmen » de Wasabi où nous donnons la parole aux principaux acteurs du marché. Bien entendu, chacun garde jalousement la recette de son bouillon mais tous ont accepté de nous faire partager leur « philosophie » du *râmen* et si vous voulez vous lancer à votre tour, vous trouverez, dans ce numéro, tous les conseils pour bien démarrer.

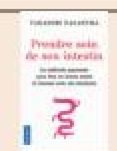
En attendant, Wasabi et Foodex, le n° 1 de la distribution de produits japonais pour la restauration, se sont associés à la production du film La Saveur des *râmen* pour vous offrir une jolie affiche à coller dans votre restaurant. Pour l'obtenir, il vous suffit de la réclamer chez Foodex en même temps que votre prochaine commande !

Bonne rentrée à tous !

- COUVERTURE : FOTOLIA
- RÉDACTION : JULIANNE **DIVIN**, TINKA **KEMPTNER**, GUILLAUME **LOIRET**, PATRICK **MANASSON**, CHIHIRO **MASUI**, CAMILLE **OGER**, BRIGITTE **PERRIN**, RYOKO **SEKIGUCHI**, JEAN-LUC **TOULA-BREYSSE**.
- CONSEILLÈRE ÉDITORIALE : DR KATHY **BONAN** (NUTRITION)
- CONCEPTION VISUELLE : CYRILLE **MORILLON**
- PUBLICITÉ : **01 42 08 50 47**
- IMPRESSION : **Groupe-Morault**
- DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : PATRICK **DUVAL**

WASABI EST UNE PUBLICATION JB MOGADOR,
119 BIS RUE CARDINET, 75017 PARIS. TÉL : 01 42 08 50 47
MAIL : **wasabi@wasabi.fr**
SITE INTERNET : **www.wasabi.fr**
ISSN : 1767-6142
Page Facebook : wasabi, le goût du Japon

SOMMAIRE










Les râmen sont-ils en passe de détrôner les sushi ?
Ces nouilles de blé bon marché et très goûteuses sont de plus en plus populaires hors du Japon. Un nouvel Eldorado pour les restaurateurs ?



Venues de Chine, les pâtes japonaises sont devenues, en un siècle, l'emblème de la street food nipponne...



30 ans après Tampopo, un nouveau film célèbre la "râmenmania", phénomène gastronomique planétaire !



Livre

Prendre **soin** de son intestin

Par Takanori Naganuma



Et si le fait d'avoir privilégié notre cerveau au détriment de notre ventre nous avait éloignés de nous-mêmes et expliquait nombre de nos difficultés...
Au Japon, la recherche sur l'importance de l'intestin est en plein boom. L'auteur, l'un des plus célèbres spécialistes japonais de l'alimentation, explique que la négligence (voir le mépris) dont nous faisons preuve à l'égard de cet organe entraine de très mauvaises habitudes alimentaires qui ont des conséquences dramatiques non seulement sur notre santé, mais aussi sur notre équilibre émotionnel.
La vie sur terre, explique Naganuma, a commencé avec la fonction digestive. Avant même que le cerveau ne se développe, les premiers êtres vivants étaient réduits à une bouche, un intestin et un orifice anal ! C'est donc de l'intestin que tout est parti et nous l'avons relégué au rang de poubelle sans nous rendre compte que celle-ci se trouve dans notre corps... Takanori Naganuma, grâce à des explications scientifiques claires et solides, montre comment les aliments de la grande distribution sont nocifs pour la santé humaine et donne quelques pistes pour revenir à une hygiène de vie plus simple, plus naturelle qui assure une vie plus longue et en bonne santé.

Editions Belfond, 6,90 €.

May ya, crêpes revisitées à la japonaise

Les crêpes sont une vraie tradition au Japon et sont généralement vendues dans de petites échoppes roulées en cônes dans du papier. May ya a repris le concept et propose des galettes en versions salées et sucrées avec, pour certaines, des goûts et des assaisonnements japonais comme la sauce au wasabi ou encore les haricots azuki et la glace au thé vert en dessert. Préparées devant le client, les crêpes de May ya peuvent se consommer sur place ou s'emporter. La formule crêpe salée + crêpe sucrée + boisson est à moins de 10 €. Le service, 100% japonais, est à la fois rapide et chaleureux et l'on ne voit pas pourquoi d'autres boutiques n'essaimeraient pas ailleurs dans Paris voir dans d'autres villes.

May ya, 220 rue Saint-Jacques, Paris 75001. 01 42 49 29 28.



May ya, inspirée des crêperies japonaises.

Umi passe au **bento**

Le restaurant Umi qui s'était spécialisé dans le sushi propose, depuis le 15 septembre, des bentos authentiquement japonais uniquement à l'heure du déjeuner. C'est la chef Sanae Sayama (la table de Sanae) qui est en cuisine. Elle assurera également des cours de cuisine.

Umi, 119 bis rue Cardinet Paris 75017. T. 01 56 68 02 04.

Isse Workshop, vitrine des régions japonaises

En collaboration avec Japan Airlines et les transports Yamato, l'épicerie créée par Toshiro Kuroda commence la distribution de produits régionaux japonais sous l'enseigne Le goût du Japon. Les produits seront exposés et vendus en face d'Isse Workshop au 10 rue Saint-Augustin Paris 75002.

Des braises de charbon de bois pour une cuisson parfaite.



SumiBi Kaz, la cuisine au charbon de bois

Kazunari Kano, aux commandes de cette nouvelle adresse depuis juin dernier, n'est pas tout à fait un inconnu dans le monde de la gastronomie japonaise. Arrivé en France en 1992, on l'a aperçu en cuisine chez Ozu, à l'époque où Thierry Marx présidait aux destinées de ce restaurant situé dans l'aquarium du Trocadéro, puis chez Shiki à Boulogne-Billancourt. Son idée, cette fois ? Proposer des plats cuits à la braise de charbon de bois japonais (*binchotan* en japonais) en privilégiant les ingrédients gras comme le *toro*, le poulet ou le porc. "Ainsi, explique-t-il, la graisse tombe sur la braise et donne à la viande un goût de fumé unique".

Pour accompagner ces plats, vous pouvez opter pour différents "tapas" dans le style des *izakaya* comme les sushi de chinchard mariné au vinaigre, la salade de thon gras, le *karaage* de crabe en mue (*softshell*) et des tas d'autres petits plats originaux à déguster en sirotant quelques verres de bon saké. La formule bento (35€ le soir) est un bon moyen de goûter plusieurs spécialités en un seul plat.

Le restaurant est situé au 11 rue de Montyon dans le 9e. TEL: 01 45 80 26 98. Une très bonne adresse à retrouver sur www.sumibi-kaz.com.



Râmen mania

La folie des

Kodawari râmen, une déco originale et des ramen comme au Japon



Il y a 20 ans, les sushis détrônaient les pizzas, notamment dans la restauration livrée. Il restait aux Italiens la *pasta*… C'était sans compter avec les *râmen* : ces nouilles de blé venues de Chine, bon marché et très goûteuses, qu'on a le droit d'aspirer en faisant du bruit…

nouilles à la japonaise

Par Julianne **Divin**



Précisons d'entrée que le boom du *rāmen* ne se cantonne pas à la France, il est le reflet d'une évolution très forte au Japon et dans le monde ces vingt dernières années. Une des raisons de ce succès réside dans le fait que le *rāmen* est protéiforme. Tour à tour quintessence de la *soul-food*, *flagship* de l'*umami* ou expédient bon marché, le phénomène génère surtout de longues files d'attente devant les échoppes de notre capitale.
Pourquoi cet engouement ?« Parce que le *tonkotsu* c'est du *crack* ! » résume le musicien Teki Latex qui admet être atteint d'une forme d'addiction pour les *rāmen*. Mais attention, il y a *rāmen* et *rāmen* ! Petit tour d'horizon d'un plat plus complexe qu'il n'y parait.



Le tonkotsu râmen de Hakata Choten avec son miso rouge et ses oeufs mollets.

Les pionniers

Voici les immuables institutions dont le succès ne tarit pas. Après Gozilla et Gamera, voici Higuma, monstre antédiluvien du *rāmen* parisien flanqué d'autres ancêtres comme Hokkaido ou Sapporo. Né en 1984 place Gaillon (un an avant la sortie de Tampopo !) puis déplacé en 1987 rue Sainte-Anne, Higuma se reconnait à sa cuisine très ouverte. Des *rāmen* classiques mais aussi des plats à base de riz comme le *Katsudon, l'Oyakodon*,… Ajoutez à cela des horaires généreux, des prix bas et une ambiance de cantine japonaise avec sa bibliothèque de manga. Au final, ces monstres gentils ont tout du « doudou *rāmen* », ces lieux qu'on découvre ado et où l'on aime retourner parce qu'ils ne changent pas et que leur présence nous réconforte.

Les héritiers

Il y a les aristocrates et les parvenus, dans le *rāmen* comme dans le reste. A Paris, les établissements « bien nés » sont les antennes des grandes enseignes nippones, détentrices d'un sacro-saint bouillon et parfois d'une précieuse recette de nouilles maison. Ces héritiers ne servent que des *rāmen* et proposent souvent le traditionnel *kaedama* (portion de nouilles supplémentaires pour finir son bouillon). Parmi eux Naritake peut se targuer d'un *tonkotsu* (bouillon à base d'os de porc) généreux, riche en goût, en gras et en sel. Dosanko, immense enseigne (plus 500 restaurants) se met au service de la tradition du miso *rāmen* de Hokkaido.

Tous garants d'un savoir-faire authentique, certains savent aussi s'adapter à la mode française. Fondé en 2001 par le chef Tatsuji Matsubara, Ryukishin, installé à Paris en juillet 2018 mise sur son *shio rāmen* au bouillon de poulet et canard, plus léger et accepté par toutes les religions ainsi que sur son excellent bouillon végétarien, un atout fort en France.

Hakata Choten, mené par Kenichi Fukuda, se démarque avec son *tonkotsu* de Kyushu au goût authentique, une recette de gyoza primée au Japon et une décoration sobre qui rappelle les portiques des sanctuaires shinto nippons.

Ippudo a révolutionné le monde du *rāmen*. Fondé en 1985, il arrive en 2016 à Paris, proposant un décor plus recherché propre à séduire la clientèle féminine, une carte des boissons incluant vins, sakés et même champagne et des *rāmen* authentiques jusqu'à la dernière goutte !

Le râmen sobre et esthétique de Sanjo, l'un des plus récemment ouverts..



Les derniers nés

Le *rāmen* n'est plus ancré dans un carcan de tradition. C'est un véhicule de création perpétuel et Sanjo s'engouffre dans la brèche pour proposer, dans un cadre très lumineux de pierre apparente et matières nobles, un *rāmen* très esthétique.

Arrivé en 2016, Kodawari sert un Tokyo



BUILD A BETTER BOWL

CUSTOM ARTISAN NOODLES

Depuis plus de 35 ans, notre mission est de créer des nouilles de qualité afin d'en garantir le goût, la texture et le « slurp » de la tradition japonaise.

TOKYO WAVY



TOKYO STRAIGHT



SAPPORO



TEMOMI



Composez vos ramens avec nos bases de soupe SHOYU et MISO en dosettes individuelles.



SUN NOODLE en exclusivité chez Foodex.

Avec plus de 900 références créez des recettes originales.





rāmen à déguster dans un *hokocho* (ruelle animée typique des années 60). Au-delà du décor dépaysant, la révolution se trouve dans le *rāmen* lui-même. Une attention minutieuse est portée à tous les détails de la préparation : ingrédients français sourcés chez des producteurs fermiers, nouilles faites à partir d'un blé dur sélectionné et cultivé sur une parcelle réservée dans les Ardennes. Jean-Baptiste Meusnier, le patron (*voir interview p. 15*), recherche sans cesse de nouveaux accords, de nouvelles recettes permettant aux terroirs de s'exprimer au sein d'une exigeante harmonie.

Ramenologie

Rāmen désigne le plat mais c'est avant tout le nom des nouilles (issu du chinois : *lā miàn*: nouilles tirées). Conséquemment, un certain nombre de *rāmenya* préparent leurs propres nouilles. Une farine spéciale conçue à partir d'un blé particulier, du sel, parfois de l'œuf et bien sûr du *kansui* à savoir une eau minérale alcaline, riche en carbonate de sodium et en potassium. Ensuite vient le pétrissage et comme ce type de nouilles n'est pas tiré à la main comme en Chine, il faut une machine pour former les longues pâtes.

Chez Ippudo, le travail sur les nouilles est poussé très loin « Quand nous sommes arrivés en France, nous avons testé plusieurs types de farine. Parfois nous les utilisons seules, parfois mélangées, car chaque farine apporte sa spécificité, et les qualités de la farine évoluent en fonction des saisons. En règle générale, nous utilisons de la farine de blé, mais il nous arrive d'utiliser également de la farine de blé complet. Nous avons également développé en Europe une recette spéciale de nouilles véganes, préparées sans œufs.»

De plus, Ippudo propose une cuisson des nouilles sur mesure en fonction des desiderata du client : « Les *rāmen* de Hakata sont très fines, elles cuisent en 10 ou 20 secondes, ce qui permet au client d'être servi très vite. Nous proposons plusieurs niveaux de cuisson, de *yawa* (nouilles fondantes) à *barikata* (très fermes). Nous avons tendance à préférer la cuisson *al dente*, *kata*, mais nous laissons le choix. »

Un bon moyen pour les vrais amateurs d'apprécier toute la saveur des nouilles artisanales est le *tsukemen rāmen* : ici les nouilles sont séparées du bouillon et on les déguste après les avoir trempées dans ce dernier. Tatsuji Matsubara de Ryukishin nous qu'«en mangeant les *tsukemen* on peut sentir toute la saveur du blé, la texture des nouilles qui résistent sous la dent et les nouilles qui *tra-*



Ippudo râmen mise sur l'originalité de sa recette.

Carnet d'adresses

- **Dosanko Larmen,** 40 Rue Sainte-Anne, 75002 Paris
- **Hakata Choten,** 53 Rue des Petits Champs, 75001 Paris
- **Higuma,** 32 rue Sainte-Anne 75002 Paris
- **Ippudo,** 74-76 Rue Jean-Jacques Rousseau, 75001 Paris
- **Kodawari,** 29 Rue Mazarine, 75006 Paris
- **Naritake,** 31 Rue des Petits Champs, 75001 Paris
- **Ryukishin,** 59 rue de Richelieu, 75002 Paris.
- **Sanjo,** 29 Rue d'Argenteuil, 75001 Paris



L'équipe de Ryukishin ouvert en juillet 2018.



versent la gorge. Le *tsukemen* est un menu de toutes les saisons mais parfaitement adapté l'été puisqu'on peut manger ces nouilles froides sur une sauce tiède. »
On se délecte également des *mazesoba* de Hakata Choten, des nouilles épaisses et plus courtes mais sans bouillon. En été, on peut les servir froides d'où un grand succès au menu ! Autre régal estival, l'*hiyashi chuka*, des nouilles servies froides dans une sauce agrémentée de *toppings*, disponible notamment chez Ippudo ou Dosanko.

Le phénomène Sun Noodle

Né à Honolulu, Sun Noodle est créé en 1981 par Hidehito Uki, fils d'un fabricant japonais de nouilles. En 30 ans, Sun Noodle a su construire un empire aux US en basant son effort sur la réalisation de nouilles fraiches sur mesure pour ses clients. Le lancement du *Rāmen Lab* à New York, restaurant expérimental qui invite les plus grands chefs *rāmen* du monde, est l'aboutissement de la démarche.
Fort d'un succès américain immense avec la création de plus de 600 variétés de nouilles, Sun Noodle propose en France (via Foodex depuis 3 ans) un concept de nouilles très proches des nouilles fraiches avec une possibilité de customisation selon les



Dans le Tsukemen râmen, les nouilles sont séparées du bouillon..



Manu Letellier du Japan Food Institute

désirs des chefs. Cette offre est réellement plébiscitée : sur 360 clients qui commandent des Sun Noodles, 56 sont des comptes ouverts en 2018 !

Culture du bouillon

C'est dans le bouillon que réside l'âme du *rāmen*. Saveur ancestrale invariable ou recette sans cesse améliorée, les secrets sont toujours bien gardés. Un bouillon contient une base de soupe, un *taré* : assaisonnement de sel, de *miso* ou de *shoyu* combiné à d'autres ingrédients qui font la saveur particulière de chaque *rāmen*.

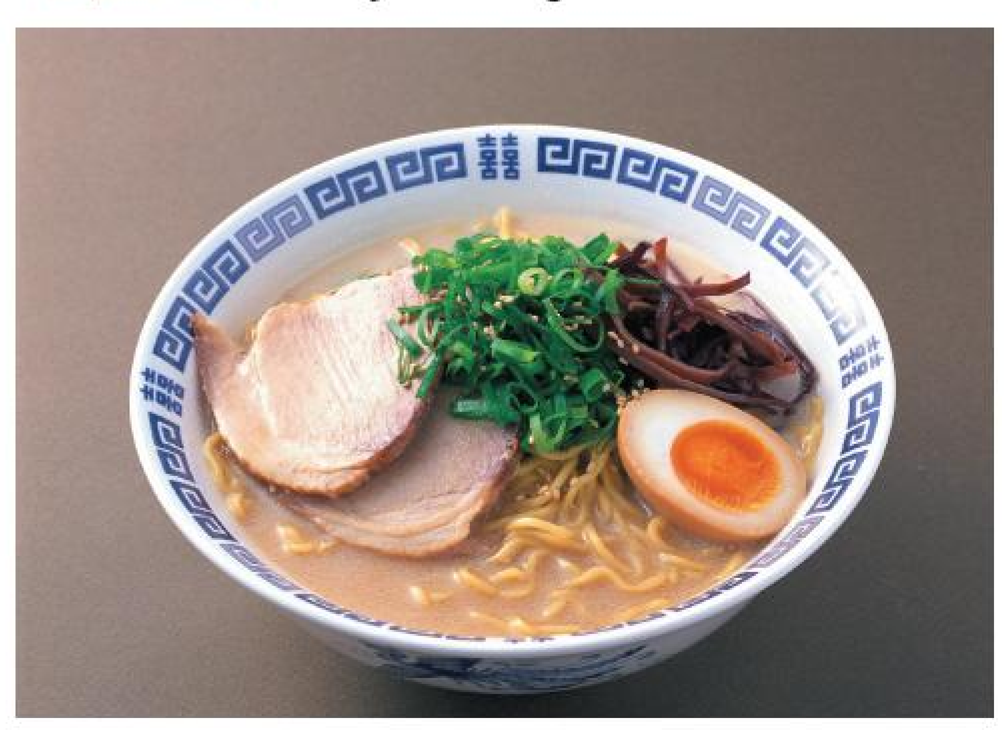
Impossible de ne pas évoquer ici le *dashi* : bouillon riche en *umami* grâce à la sainte trinité algues *kombu* - flocons de bonite séchée (*katsuobushi*) - champignons shiitaké (parfois même *niboshi*, petits poissons séchés). Etonnamment, l'*umami* de chacun des ingrédients d'un même bouillon est multiplié plutôt qu'ajouté.

Enfin, l'huile (matière grasse brute ou aromatisée) lie l'ensemble pour apporter un parfum dominant et une harmonie au tout.

Chez Ryukishin, le bouillon originel est le Tchintan. Son chef Tatsuji Matsubara explique : « L'originalité est dans l'extraction de la douceur des légumes, en particulier des tubercules (oignon, bardane, ail, gingembre), et dans l'orchestration de leur harmonie avec l'*umami* du poulet.»

Ryukishin innove également avec un *rāmen* vegan. Remplaçant la volaille, on trouve un bouillon de légumes, algues *kombu*, *miso*,

Sun Noodle : des râmen toutes prêtes aussi bonnes que les pâtes fraiches.



Lancez-vous !

Quelles sont les conditions pour se lancer dans le râmen ? Manu Letellier du Japan Food Institute propose des formations sur mesure. Il a bien voulu répondre à nos questions.

Quel est l'équipement minimum pour se lancer dans le râmen ?

Il y a 3 scénarios possibles :

- **1**- Acheter les râmen congelés (chez Foodex par exemple) et le bouillon aussi. Même le *shashu* peut être acheté tout prêt ! Pas mal de clients font cela et ajoutent leur propre touche. On a juste besoin d'une grande casserole !
- **2**- Utiliser une machine à pâtes italienne. L'inconvénient c'est le temps que cela prend : il faut une heure pour faire environ 20 portions et la taille n'est pas exactement celle des râmen. Il est impératif, si l'on opte pour cette solution, de trouver de bonnes farines avec le bon niveau de protéines. Concernant le bouillon, le chef peut le préparer lui-même à base de porc ou de poulet mais il peut aussi acheter un bouillon prêt à l'emploi et qu'il pourra personnaliser par la suite. Le bouillon de porc maison prend du temps mais la qualité est bien supérieure !
- **3** - Même scénario que le précédent mais avec une machine professionnelle venant du Japon. C'est plus cher mais le gain de temps est si important que la machine se rembourse facilement : elle peut produire jusqu'à 100 portions par heure !

Quel en est le coût ?

Vous pouvez démarrer sans le moindre investissement si vous choisissez le scénario 1 mais il faudra compter environ 35000 € pour une vraie machine a *râmen* japonaise... Sachez que la même machine servira aussi pour la pâte des gyoza et même pour faire des udon.

Quel est le plus d'une machine par rapport aux râmen toutes faites type Sun Noodles ?

La qualité des saveurs et surtout la texture des nouilles... Et le prix bien sûr !

Si vous les faites vous-même, le coût par portion est en moyenne 5 fois inférieur.

Faut-il absolument faire une formation pour savoir les faire ?

Scénario 1, non ! Il suffit de lire la notice sur le paquet !

Scénario 2 et 3 oui absolument !

Nous proposons 3 types de formation pour un coût de 400 € par personne et par jour.

Nos formations vont de 1 à 7 jours : 1 jour : initiation. 3 jours : apprentissage des nouilles et du porc + 2 types bouillons. 7 jours : apprentissage des 7 différents bouillons, comment sélectionner les farines, le *kansui*, ainsi qu'un certain nombre de conseils sur la gestion.

Comment voyez-vous l'avenir du *râmen* en France ?

Je pense que cela va beaucoup se développer car le marché n'en est qu'à son début et se limite à Paris. Il y a tout à faire pour développer le marché en province…

L'umami : le secret d'un bon râmen.



champignons *shiitaké* séchés et lait de soja. « La soupe vegane est *shio*. J'utilise du lait de soja, c'est une technique pour se rapprocher du *paitan* » (bouillon plus épais).
Chez Ippudo c'est le *Akamaru* qui a la préférence des clients français. « Nous avons testé de nombreuses recettes avant d'arriver à celle-ci, dans laquelle nous combinons plus de 15 épices et ingrédients. Cela offre un très bon équilibre en *umami* à notre bouillon *tonkotsu.* »
Dosanko travaille quant à lui son original *rāmen* signature au *miso* rouge dans la puissance et l'intensité avec des huiles de sésame, du poivre *sancho* et même une touche de vin rouge !
Kenichi Fukuda de Hakata Choten estime qu'« en France on a déjà une culture des soupes et des textures de bouillon épais, des goûts qui restent en bouche, un peu à la manière des soupes à l'oignon… Il faut beaucoup de maîtrise pour que cette soupe très goûteuse n'ait pas une odeur trop forte pour les clients. Nous vérifions également chaque jour nos préparations afin de proposer un concentration de bouillon parfaite ».



Les toppings

Touche finale sans laquelle le *rāmen* serait nu. « Les toppings, c'est la ponctuation essentielle » dit Jean-Baptiste Meusnier de Kodawari *rāmen*. Une forme de distraction gustative entre deux « *Tsuru-Tsuru* », onomatopée désignant le bruit qu'on fait en aspirant les nouilles. Les toppings offrent un nécessaire contraste de saveur, comme la feuille d'algue nori, de consistance avec le croquant d'une pousse de bambou lacto-fermentée ou même visuel comme l'hypnotisant *narotumaki* (une purée de poisson, ancêtre du surimi, ornée d'une spirale rose). N'oublions ni le succulent œuf mariné Ajitama ni le *shachu*, une généreuse tranche de porc braisée, onctueuse et fondante. Et pourquoi pas une tomate rôtie juteuse et gorgée d'*umami* chez Kodawari puisque désormais le *rāmen* n'a plus de frontières !



Rencontre avec **Jean-Baptiste Meusnier**, créateur de Kodawari râmen



Kodawari râmen reconstitue une ruelle du vieux Tokyo.

Lauréat des « Palmes de la Restauration » avec Kodawari en 2017 et invité du prestigieux Râmen Lab à New York, Jean-Baptiste Meusnier admet que ce plat a changé sa vie. Confessions d'un passionné, généreux et perfectionniste.

Souvenirs
« A 11 ans, prendre le bus 68 pour depuis le 14e pour aller fureter dans les étals de Kioko » (l'épicerie japonaise pionnière à Paris). C'est lors de mon premier voyage au Japon en 2009 que ma passion des *râmen* devient folie ! Tous les 3 ou 4 mois, je faisais un road-trip pour tenter de comprendre la culture, l'énergie et découvrir qu'il y a autant de *râmen* que de terroirs et de restaurants.»

Perpétuelle évolution
«Le monde des *râmen* change en permanence ! Mes recettes ont dû évoluer (notamment le *shoyu*) une centaine de fois. J'ai du plaisir à perfectionner sans cesse mes *râmen* .»

Umami
« Pour moi l'ADN du *râmen* c'est l'*umami*, du *dashi* au *taré*, en passant par une tomate rôtie au four ou du parmesan.»

Jean-Baptiste Meusnier suit de très près la qualité de son blé.



Objectif qualité
« Faire pour le *râmen* le contraire de ce qui s'est fait dans les années 90 avec les sushi, en contrôlant le *kansui*, en oubliant le glutamate, en sourçant des produits fermiers.»

Nouilles maison
« Sun Noodles fait des choses magnifiques, mais dans ma démarche je tenais à faire mes nouilles moi-même.»

Une parcelle de blé sélectionnée
« Pour moi le *râmen* , c'est faire parler les terroirs. Comme on ne trouvait de la farine pour *râmen* qu'au Japon, pourquoi ne pas faire son blé ici ? Economiquement ça avait du sens, et demain on aura besoin de farine pour les *râmen* en France ! C'est un blé spécial, on sélectionne des blés de force et on fait évoluer les variétés, on va en tester une dizaine l'an prochain. De plus, avec une seule variété de blé, on peut faire évoluer les maturations de pâtes et ajouter du son pour augmenter le côté aromatique »

Sel que j'aime
« Pour le *shio râmen*, j'utilise 3 sels différents : Guérande, Camargue et Guérande blanc parce que les attaques, les courbes de salinité sont différentes, Guérande monte plus doucement. Ça offre plus de possibilités. »

Un restaurant c'est une histoire
« Kodawari raconte une scène de vie japonaise dans un *hokocho* des années 60, où le *shoyu râmen* classique s'imposait naturellement. Le prochain restaurant proposera une autre histoire ! »

Echange et transmission
« J'ai rencontré des chefs et lié des amitiés au Japon, ils m'ont invité à cuisiner avec eux. Aujourd'hui j'essaie de me montrer à la hauteur de ce qu'ils m'ont transmis.
Aux Etats-Unis, les *râmen* , c'est un phénomène, il y a une communauté, une vraie dynamique ! On nous donne le bâton de maréchal maintenant il faut se montrer à la hauteur. »

Les futurs *râmen* en France
« Tous les nouveaux acteurs du *râmen* seront sur la qualité. Maintenant, avec des intermédiaires comme Foodex ou le travail de Sun Noodles, l'écosystème est favorable. »

Servies dans de grands bols, les râmen sont omniprésentes au Japon. Venues de Chine, elles sont devenues, en un siècle à peine, le plat le plus emblématique de la street food nippone. Découvrez leur histoire…

Les râmen en VO!

Texte et photos
Camille **Oger***

Les Chinois avaient – et ont toujours – de grandes difficultés à laisser leur gastronomie derrière eux en quittant leur pays. A la fin du XIXe siècle, ils ont apporté au Japon une recette nouvelle, un plat consistant pour les travailleurs affamés des Chinatowns de Kobé et Yokohama : des nouilles de blé servies dans un bouillon de porc bien chaud et garnies de viande, de légumes et de condiments en tous genres - les *rāmen*. Vendues aux côtés des *gyōza* par des marchands ambulants, ces soupes de nouilles informelles, généreuses et bon marché ont rapidement conquis le peuple japonais.

Un plat d'origine chinoise donc, et très récent au Japon – d'où le néologisme *rāmen*, probablement issu du chinois *lā miàn* qui signifie « nouilles tirées ».

Par *rāmen*, le Japonais entend deux choses : le plat en soupe et les nouilles elles-mêmes. Car ces nouilles-là n'ont rien à voir avec ce que le Japon produisait jusque-là. Le pays du Soleil Levant s'était en effet spécialisé dans des pâtes majoritairement raides et impeccablement coupées au couteau. Certaines étaient blanches et épaisses, les *udon*, les autres brunes et fines, les *soba*. Rien à voir avec ces nouvelles venues couleur jaune pâle, ondulées et élastiques.

Des dizaines de types de ramen

En à peine plus d'un siècle, le Japon s'est complètement approprié ce nouveau produit. Dans certaines régions, on les appelle encore *chūka soba*, c'est-à-dire « nouilles chinoises », mais dans les faits, elles sont aujourd'hui un pilier de l'alimentation japonaise. Il en existe des dizaines de types, bien qu'elles soient toutes préparées avec les mêmes ingrédients : de la farine de blé, du sel, de l'eau et du *kansui*, la solution alcaline à l'origine de leur couleur et de leur souplesse.



Le shio râmen, râmen au sel, est l'un des quatre principaux styles de nouilles.

Les proportions changent légèrement d'un établissement à l'autre, aboutissant à des textures étonnamment variées, mais c'est surtout la manière dont les nouilles sont façonnées (étirées ou coupées, avec un diamètre variable) qui



Au Japon, on aspire les nouilles bruyamment en avalant de l'air pour ne pas se brûler...

va déterminer leur consistance finale. Les *rāmen* peuvent en effet être extrêmement fines ou très larges, ondulées ou plates, cylindriques ou anguleuses, chaque région ayant sa préférence. À Hiroshima par exemple, où les *rāmen* et *tsukemen* sont les plats préférés des travailleurs au quotidien, les nouilles sont fines afin de cuire plus vite ; on évite ainsi la queue devant les restaurants. Les formes considérées comme locales peuvent aussi varier au sein de la même municipalité : à Kagoshima coexistent des nouilles extra-fines apportées par les Taïwanais et une variété extra-large dérivée des *soba* d'Okinawa.

... Et autant de types de bouillons

On ne cuit pas directement les *rāmen* dans leur bouillon ; celui-ci est préparé à l'avance et servi brûlant au dernier moment. En matière de soupe, il existe quatre axes majeurs, du plus léger (*asari* en japonais) au plus riche (*kotteri*) : le bouillon au sel (*shio*), à la sauce



soja (*shōyu*), au miso ou au porc (*tonkotsu*). Ces appellations sont un peu vagues pour le novice : la version au sel est un bouillon fin, léger et clair à base de sel et d'os de poulet ou de porc dans certains cas. La recette à la sauce soja, brune et claire, est quant à elle préparée à l'aide de sauce soja certes, mais également de poulet et de légumes. Le bouillon au porc ou *tonkotsu* est pour sa part obtenu en faisant bouillir les os de la bête durant des heures jusqu'à dissoudre totalement leur moelle. On obtient un résultat épais et laiteux de couleur très claire. C'est un concentré de graisses, de gélatine, de minéraux et de protéines. Enfin, la version au miso – la plus récente – est composée d'une grande quantité de pâte de soja fermenté diluée dans un bouillon gras de poulet, de poisson ou de porc. Elle est riche et légèrement acidulée.

Shoyu rāmen, un bouillon à base de sauce soja.

Ça, ce sont les grandes lignes. Mais à partir de là et bien au-delà, tout est possible. On a ainsi créé à Tottori une recette qui reprend le principe du *tonkotsu*, mais en substituant le bœuf au porc : le résultat, appelé *gyūkotsu*, est très savoureux tout en étant moins gras. Il y a les variantes locales, comme les *rāmen* noires de Tōyama, servies dans une soupe légère mais très foncée, riche en sauce soja sans être trop salée, et toutes les recettes originales lancées par tel ou tel restaurant : une version au curry de mouton dans un établissement d'Ōsaka par exemple, une autre à la tomate chez le voisin, ou une superbe soupe à base de dashi et de lait de soja chez Mamezen à Kyōto. Toutes les extravagances sont permises.

Des garnitures pour tous les goûts



Les garnitures des *rāmen* présentent elles aussi des particularités selon les régions : à Hokkaidō par exemple, on optera pour le maïs et le porc haché agrémentés d'une noisette de beurre frais ; ailleurs vous aurez droit à du *mizuna* (une plante ressemblant à la roquette), des pousses de radis, du *nori*, des champignons noirs ou des tranches de gâteau de poisson marquées d'un dessin en spirale (*narutomaki*). Il existe des garnitures stars, qui s'imposent un peu partout comme des classiques : la ciboule, les pousses de soja, le *menma* (des pousses de bambou marinées), les œufs marinés (*ajitsuke tamago*) et surtout l'incontournable *chāshū*, de fines tranches de poitrine de porc braisée qui fondent dans la bouche.

Dans tous les établissements, des sauces et condiments en pagaille sont en libre service pour relever le bouillon et agrémenter le plat au goût de chacun. On a généralement des *tsukemono* (des pickles japonais) de moutarde, de gingembre ou autre selon la région, de la sauce piquante, de la sauce soja, des graines de sésame, de l'ail séché et effilé, du piment séché, du poivre, et le fabuleux *mayu*, de l'huile d'ail noir.



Un yatai à Osaka et, au-dessus, un miso rāmen.

Des points de vente variés

Les points de vente peuvent prendre des formes très différentes aujourd'hui, mais à l'origine, les *rāmen* étaient exclusivement servies dans la rue. Et il faut dire qu'au Japon, la street food est une tradition. Elle est principalement vendue dans des échoppes à comptoir ou sur des stands mobiles qu'on appelle *yatai*.

À Fukuoka, la « ville des *yatai* », on peut manger de délicieuses *rāmen* dans la rue, assis sur un banc, attablé directement sur les stands. Une cuisine de fortune est organisée autour du *yatai*, sur le trottoir. La spécialité locale, appelée rāmen de Hakata, a pour base un superbe *tonkotsu* bien riche. On s'en régale jusqu'à tard le soir, à la lumière de petites loupiotes.

Aussi fragiles et vieillots qu'ils puissent paraître, ces points de vente sont assez bien équipés et à peu près sédentaires bien que montés sur roulettes. On peut faire plus traditionnel et plus minimaliste encore. Certains *yatai* sont en effet de véritables vestiges du début du XX[e] siècle et sont encore plus sommaires, plus compacts et





plus mobiles que les stands en bois de Fukuoka. On croise les derniers vendeurs de *rāmen* de cette ancienne école au détour des rues sombres de quelques grandes villes à des heures indues. L'un d'entre eux, croisé à Ōsaka un soir d'été, âgé, petit et sec, tire son charriot à la force des bras chaque soir depuis 70 ans. Son *yatai* a été baptisé *Hyaku Kiro*, « Cent kilos » en français – c'est son poids exact – et malgré sa taille extrêmement réduite, il sert à la fois de point de vente, de comptoir et de cuisine ambulante. En plus, il ne pollue pas. Il a juste la place nécessaire pour un peu de vaisselle, un gros réchaud à gaz, quelques ustensiles de première nécessité, une bassine d'eau et un mégaphone pour haranguer les passants.

Quand on mange chez *Hyaku Kiro*, évidemment, on mange debout. Et ce n'est pas un problème. Les Japonais n'ont pas nécessai-

Kumano, Nice râmen

Spacieux, clair et impeccablement tenu, le restaurant Kumano à Nice est l'un des rares *râmenya* en France à ne pas (trop) avoir des allures de cantine. C'est aussi l'un des seuls à se spécialiser dans les *râmen* assez légères, comme celles que l'on trouve dans le Kansai, par opposition à la version très riche de Hakata. Les nouilles, de calibre moyen et droites, sont fabriquées sur place par les propriétaires, arrivés du Japon il y a quelques années, et toujours parfaitement cuites à la préférence des clients. Leurs bouillons, peu gras et faits maison, sont variés : canard, miso, miso épicé, shoyu ou sel. En garniture, la maison propose du bœuf, du canard ou du porc, mais aussi des œufs au coeur coulant (*ajitsuke tamago*), du kimchi, du maïs et du beurre, voire du tofu pour la version végétarienne... Pour les soupes de nouilles chaudes ou les salades de *râmen* estivales, comptez entre 11 et 18 euros, en version normale ou XL. Ouvert du mardi au samedi, de 12h à 14h30 et de 19h à 21h30.

Restaurant Kumano, 15 rue Biscarra, 06000 Nice

Tel : 04 93 04 58 92

Web : https://restaurant-kumano.fr



Wakayama râmen.

rement le temps ou l'envie de manger assis. Mais cela ne veut pas dire qu'ils mangent en mouvement, comme nous engloutirions un sandwich en marchant. Non, au Japon, une règle non écrite impose de manger immobile, mais rien n'interdit d'avaler ses nouilles debout et c'est pourquoi de nombreux stands de *soba* sur les quais des gares ne proposent pas le moindre siège : juste un comptoir assez haut pour être à la hauteur de son bol. Sur les *yatai* comme ailleurs, y compris dans les établissements les plus formels, on mange ses *rāmen* vite et bruyamment, en aspirant de l'air en même temps que les nouilles (qu'il ne faut surtout pas couper avec les dents). Cette technique permet à la fois de ne pas se brûler avec le bouillon s'il est trop chaud, et de mieux percevoir les saveurs du plat.

Une bonne dose de réconfort

De plus en plus, les Japonais font comme tout le monde, et les points de vente des *rāmen* ont tendance à se formaliser d'une manière qui nous est bien plus familière. De nombreuses chaînes ont ouvert des restaurants cossus, rustiques, ressemblant à des *izakaya*, où l'on mange assis sur des chaises, des tabourets ou des bancs. Si le service reste très minimal on a des éléments qui changent radicalement la donne en comparaison des *yatai* : on mange à l'intérieur, assis, on est attablé et non installé sur un comptoir avec le nez dans la cuisine. Certains *rāmen* se paient même le luxe d'avoir des serveurs !

Toutefois le *rāmenya* (ou simplement *menya*, l'établissement servant des *rāmen*) reste un lieu où l'on n'a pas besoin de paraître. On peut débarquer à 2 heures du matin, seul et en pyjama, ou éméché à la sortie d'un bar, et manger salement une triple dose de nouilles, personne ne trouvera cela étrange ou déplacé. On mange vite et beaucoup, on vient se restaurer au sens propre du terme, reprendre des forces ; pour cela on n'a pas besoin d'être à deux ou de prendre son temps, de parler à qui que ce soit ou de mettre les formes. On est là pour manger.

Nourriture démocratique par excellence, les *rāmen* sont également très bon marché. Du coup, il n'y a pas d'âge ou de classe sociale qui en soit privé. En moyenne, un grand bol coûte entre 600 et 800 yens, soit 4,5 à 6,5 euros, et suffit largement à venir à bout des appétits les plus voraces. Les *rāmenya* sont principalement ouverts le soir, en général dès 17 heures et jusqu'à très tard, voire 24/24h. Les nightclubbers y partagent un banc avec le papy qui travaille de nuit et la veille dame qui est toujours là et qui dort dans un coin. On y passe tôt ou tard, le bouillon est toujours bien chaud et on n'attend pas plus de 5 minutes pour être servi. Pour payer l'addition, on a deux options selon le type d'établissement : on peut régler sa commande au comptoir, après manger, ou bien avant même de prendre place, en utilisant des guichets automatiques, comme on achète un ticket de métro.

Nourrissantes et populaires, les *rāmen* sont l'expression parfaite de ce que les anglophones appellent *comfort food* de manière très pertinente. Ce n'est pas seulement un bol de nouilles, c'est aussi et surtout un bol de réconfort. Elles remettent les idées en place quand on a bu, elles remplissent l'estomac après une longue journée de travail, elles réchauffent l'hiver et elles manquent terriblement quand on est loin de chez soi. Pas étonnant que les travailleurs chinois expatriés les aient amenées avec eux, et que les Japonais les exportent à présent en Occident.

*** Retrouvez Camille Oger sur son blog lemanger.fr**

La saveur des râmen, un film de Eric Khoo

Avec ce film dont le héros est un plat, Eric Khoo reprend le flambeau d'un genre initié par Juzo Itami il y a plus de 30 ans avec Tampopo. Plus grave, son film montre également comment l'amour de la cuisine peut changer une vie.

Par Patrick **DUVAL**

Masato (Takumi Saitoh) est un jeune garçon qui travaille dans le restaurant de *rāmen* son père, très bon cuisinier mais toujours solitaire et silencieux. Lorsque celui-ci meurt, le jeune homme découvre que sa mère, originaire de Singapour et décédée alors qu'il était enfant, a emporté avec elle de lourds secrets que son père n'a pas voulu lui dévoiler. Il décide alors de partir à la recherche de ses racines qui sont très liées aux goûts de son enfance. Une grande partie de cette quête se fait dans les restaurants de Singapour où certains plats populaires comme le Bak Kut Teh, soupe de porc à la chinoise, ne sont pas sans rappeler les *rāmen* également d'origine chinoise. Là-bas, Masato fait la connaissance de sa grand-mère dont il découvre qu'elle hait les Japonais. Il faut dire qu'elle a connu l'occupation nipponne qui est loin d'avoir laissé de bons souvenirs. Comment la convaincre qu'il n'a rien à voir avec tout cela alors qu'il ne parle même pas sa langue ? Il tente alors un curieux pari : toucher sa grand-mère en parlant à son palais grâce à ses… *rāmen* !

Ce scénario tout simple fonctionne à merveille pour donner au film la dynamique d'une sorte de recherche du Graal culinaire capable d'ouvrir la clé des cœurs…

Pour Eric Khoo, le réalisateur singapourien, l'alimentation définit « qui nous sommes et comment nous vivons ». Elle peut aussi être un facteur de réconciliation comme c'est le cas dans le film.

« La Saveur des *rāmen*, dit-il, rappelle à tous que la cuisine, au-delà de notre besoin primaire de nous nourrir, nous réconforte et emplit nos âmes. » ■



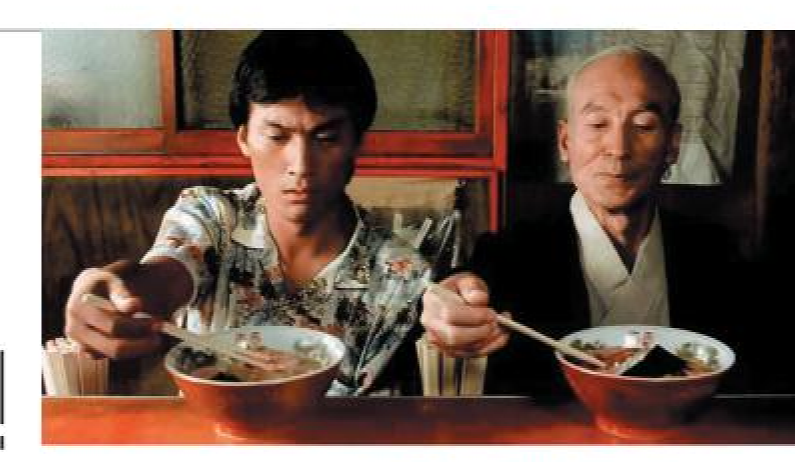
Masato avec sa grand-mère singapourienne.





...et dans son restaurant de râment à Tokyo.

Tampopo, un western-râmen !



Une hilarante leçonde dégustation de nouilles.

Par Patrick DUVAL



Sorti en 1985, ce film de Juzo Itami est rapidement devenu culte, pas seulement chez les amateurs de *rāmen*. Il raconte l'histoire d'une jeune femme pas très douée en cuisine mais qui se bat pour faire vivre son restaurant de nouilles envers et contre tout. Prise en pitié par un chauffeur routier, elle va peu à peu découvrir (et nous avec elle) les secrets d'un bon *rāmen*. L'histoire principale est entrecoupée de sketches hilarants mettant tous plus ou moins en scène les relations entre nourriture et érotisme… Il s'ouvre sur une inénarrable séance de dégustation de *rāmen* dirigée par un maître es-nouilles qui explique comment il convient de déguster son bol en « caressant » d'abord la viande de porc avant de l'enfouir sous le bouillon tout en regardant fixement les oignons flottant « fièrement » au centre… Autre scène hilarante : celle d'un groupe de jeunes filles prenant une leçon de dégustation de spaghetti à l'italienne c'est-à-dire sans faire le moindre bruit. Au bout de quelques minutes d'essais infructueux, elles finissent par aspirer les pâtes avec de véritables rugissements bien peu féminins… Le film s'achève sur l'image d'une mère donnant le sein à son enfant où l'on perçoit toute la charge érotique de la succion…



En rupture totale avec le cinéma traditionnel japonais, Tampopo (pissenlit en japonais) est successivement tourné avec les codes du western, du polar ou du film intello à la française, le tout avec un humour décapant… Plus de trente ans après sa sortie, le revoir est toujours un régal !

On le trouve très facilement sur Youtube en *streaming* gratuit ainsi d'ailleurs qu'un *making of* montrant tous les dessous du tournage.





LA SEMAINE DU GOÛT



Le média de la culture japonaise s'associe à

LA SAVEUR DES RĀMEN

pour un parcours culinaire

DU 8 AU 14 OCTOBRE

Sur présentation de leur ticket de cinéma, les spectateurs pourront prolonger le film avec des offres spéciales dans votre restaurant (réductions, bonus, plats spéciaux...).

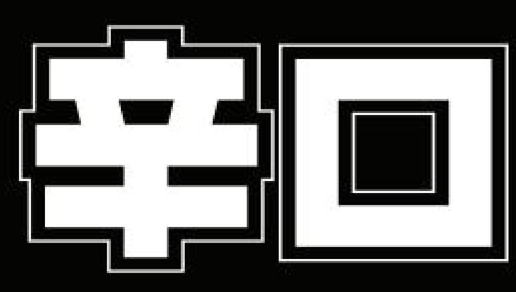
Restaurateurs,
il suffit de vous inscrire sur le site
www.hanabi.community
sous l'événement LA SEMAINE DU GOUT HANABI
avec votre contact et votre offre.

WASABI ET **FOODEX**
VOUS OFFRENT UNE AFFICHE DE
LA SAVEUR DES RAMEN
À METTRE DANS VOS RESTAURANTS







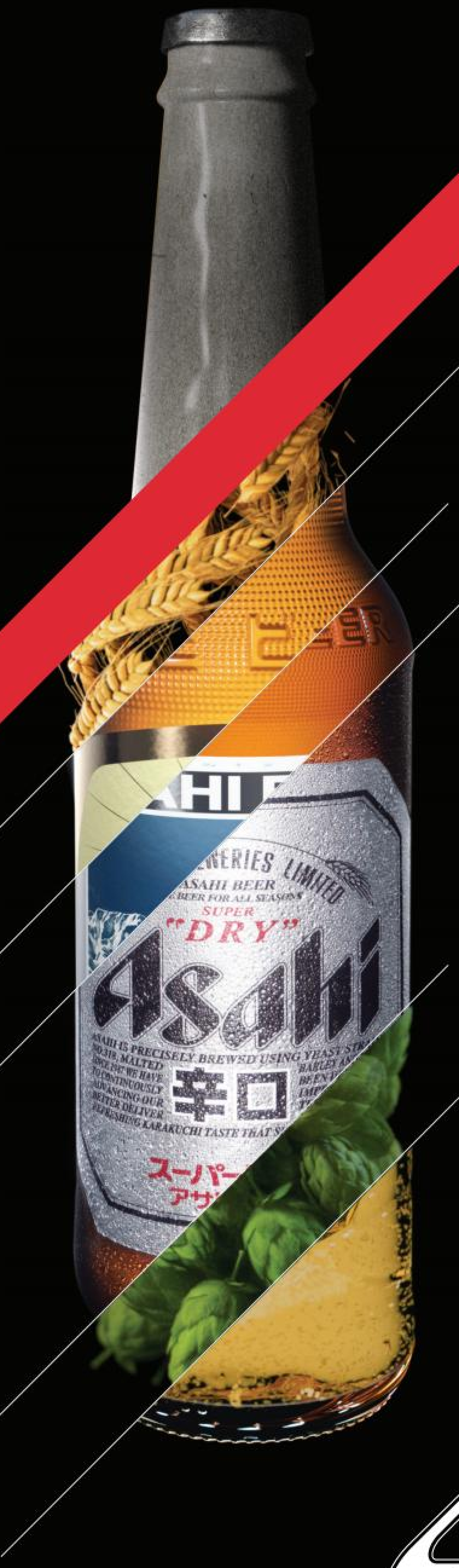


KARAKUCHI
UN GOÛT SEC.
UN FINAL NET.

REMASTERED BY JAPAN

WE SEE
WE TASTE
WE LEARN
WE MAKE
WE BETTER*

リマスタード バイ ジャパン



SUPER
"DRY"
Asahi

DON'T DRINK AND DRIVE
AboutAlcohol.com

*ON VOIT, ON GOÛTE, ON APPREND, ON FAIT, ON AMÉLIORE.
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.